

広報 1月号
2025年 No.241



伯耆町



主な
内容

特集

寒さに負けない!

冬の暮らしを守る対策……②～③

まちのわだい

「伯耆町人権フォーラム2024」ほか …………… ④

おしらせ

「伯耆町長選挙」

「早めの準備で確定申告をスムーズに!」ほか … ⑤

元気いっぱい! 餅つき体験

12月12日(木)、岸本小学校5年生の児童が地域のボランティアとともに、5月に田植え、10月に稲刈りをしたお米を使って餅つきを行いました。

餅つきの後は、きな粉や砂糖醤油をつけてお餅を食べ、農作業から食事までを学ぶ貴重な体験となりました。

寒さに負けない！ 冬の暮らしを守る対策

❄️ 水道管の凍結 ❄️

寒さが厳しくなり気温が低くなる12～3月は、水道管や蛇口、メーターが凍りやすくなります。水道管が凍結すると、水が出なくなったり、水道管が破損したりすることがあります。特に、気温がマイナス3度前後になると凍結しやすく、場合によっては漏水の危険が高まります。

もう一度ご家庭の水道管を点検して、凍結による漏水・破損を防ぎましょう。

1. 凍結の防止

凍結しやすいのはどんな場所？

- **むき出し**になっている水道管
- **風当たりの強い場所**にある水道管や蛇口
- **日陰**にある水道管や蛇口
- **屋外**にある水道管や蛇口



家庭でも簡単に！ 凍結防止策

①むきだしになっている水道管を保温材で覆う

水道管を保温材で覆っておくと、水道管を冷たい外気から守ることができ、水温の低下・水道管の凍結を防ぐことができます。保温材は市販されています。発泡スチロールやポリエチレンなどの素材でできた保温材で、水道管を覆っておきましょう。

また、継ぎ目や蛇口の付け根は、雨水や水分がしみこまないように防水テープでしっかりと巻きましょう。

保温材がないときは、布やタオルが保温材の代わりになります。布やタオルを水道管に巻き付けた上から、ビニール袋など濡れないものをかぶせて、ビニールテープなどで固定しましょう。

②水抜きをしておく

水道管に水抜栓が付いているときは、水抜きをしましょう。水道管内の水を抜くことで凍結の危険がぐっと低くなります。

2. 凍結してしまったら

凍結したときの対処

- 自然に溶けるのを待つ
- 凍った部分にタオルをかぶせ、その上からぬるま湯をゆっくりかける

⚠️ 注意 ⚠️

水道管に直接熱湯をかけると破裂することがあります。
タオルをかぶせた上から、ぬるま湯をかけてください。



破裂したときの対処

- メーターボックスの中にある「元栓」を閉める
 - 指定給水装置業者へ連絡し、修繕の依頼をする
- ※指定給水装置業者以外の修繕工事は、水道料金減免制度の対象外です。



◀ 指定給水装置業者はこちら

水道料金減免制度

水道の漏水があったときのための料金減免制度を設けています。凍結などで漏水を発見したときは、町へ申請をしてください。

【対象者】 宅地内の配管やバルブなどが不可抗力により破損し、水道が漏水した世帯
※蛇口パッキンの劣化などで給水用具から発生した漏水は対象外です。

【減免の目安】 漏水したと思われる水量の料金の半額

- 【注意事項】**
- 修繕工事は、指定給水装置業者へ依頼してください
※自分で工事した場合や指定給水装置業者以外の業者で修繕した場合は対象外です。
 - 申請書の作成は、指定給水装置業者へ依頼してください
 - 漏水量が少量の場合は、減免の対象にならないことがあります
 - 修繕工事費用は、自己負担です
※指定給水装置業者が不明な場合は、お問い合わせください。

【申請先】 地域整備課 上下水道室 0859-68-5540

宅内漏水の確認方法

水道を使用すると、水道メーターのパイロットが回転します。水道を全て止めても、パイロットが回転していたら、どこかで漏水しています。



❄️ 除雪作業 ～ご協力をお願いします～ ❄️

路上に車や物は置かない

路上に車や物などが放置してあると、除雪作業の妨げになります。絶対にやめましょう。



木の伐採をお願いします

積雪により木の枝や竹などが道路上に垂れ下がると、除雪作業や通行の妨げになります。

雪により垂れ下がるような枝や竹は、所有者や管理者で伐採してください。



門前の除雪は各戸をお願いします

除雪作業により、門前に雪がたまる場合がありますが、各戸で除雪をお願いします。



消防水利の除雪をお願いします

積雪により、消防車輛が消防水利に近づけなくなります。

消防水利周辺の除雪をお願いします。



問い合わせ先

地域整備課 上下水道室 ☎0859-68-5540

環境整備室 ☎0859-68-5539

▶力強い太鼓の音色が響き渡る



11/16(土)
11/17(日)

きないや祭

11月16日(土)、17日(日)に岸本公民館周辺で、きないや祭が開催されました。この祭りは、岸本地区の児童生徒や公民館教室で活動する皆さんの作品展示に合わせて様々なイベントを企画し、町民皆さんに楽しんでもらおうと毎年行われています。17日(日)には、吉長市や青空市、岸本小学校体育館で各団体のステージ発表がありました。美しい歌声や迫力のある演奏で来場者を魅了しました。

▶新鮮な野菜が並ぶとれたて市



11/3
(日)

森と清流の里 ふれあい祭

伯耆町丸山の大山ガーデンプレイスにて11月3日(日)、森と清流の里ふれあい祭が開催されました。地元特産物や加工品の販売、餅つき大会や抽選会など、伯耆町の魅力が溢れるイベントとなり、会場は盛り上がりしました。参加した来場者は「立派なお野菜がいっぱいありますね。」と嬉しそうに会話を交わしながら、袋いっぱい野菜を持ち帰りました。

▶人権啓発標語入選者・人権作文発表者のみなさん



▶ライブ漫画家ゴロ画伯による講演



12/1
(日)

伯耆町人権フォーラム 2024

「町内に暮らすすべての人の人権を尊重し、幸せな伯耆町をめざそう!」というテーマで、人権フォーラム2024(第19回伯耆町人権・同和問題実践研究交流会)を、12月1日(日)に鬼の館ホールで開催しました。

フォーラムでは、人権啓発標語入選者の表彰や中学生による人権作文の発表、教育委員会職員による人権条例改正についての説明、さらに、ライブ漫画家ゴロ画伯によるエレキ紙芝居「キンモクセイの薫るころ」の講演が行われました。

子どもから大人まで幅広い世代の参加者があり、笑って、泣いて、ためになる、自死防止やいじめ問題などにスポットを当てたエレキ紙芝居を観て、すべての人にとって差別のない明るく住みよいまちづくりの大切さを共有しました。



伯耆町長選挙

投票日 令和7年1月26日(日)

投票時間 午前7時～午後7時

令和7年1月29日任期満了に伴い伯耆町長選挙を施行します。

選挙告示日の1月21日(火)に、2名以上の立候補者があれば、1月26日(日)に町内15箇所の投票所で投票が行われ、即日開票される予定です。

投票日当日は、「投票所入場整理券」に記載されている投票所へお越しください。



> 投票できる人

- 平成19年1月27日以前に生まれた人(満18歳以上)
 - 令和6年10月20日以前から伯耆町内に住民登録して住んでいる人
- ※投票の前日までに、町外に転出した人は、投票できません。

> 期日前投票

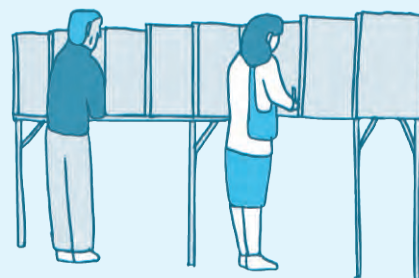
投票日当日に仕事や外出などで投票所へ行くことができないと見込まれる人は、事前に期日前投票所で投票できます。また、期日前投票は、お住いの地域に関係なく、どちらの期日前投票所でも投票できます。

期日前投票期間 1月22日(水)～25日(土)

期日前投票所	投票時間
伯耆町役場 本庁舎	午前8時30分～午後8時
伯耆町役場 分庁舎	午前8時30分～午後8時

期日前投票の注意

あらかじめ「投票所入場整理券」裏面の「宣誓書(兼請求書)」を記入のうえ、期日前投票所にお持ちください。「投票所入場整理券」をお持ちでない場合でも、選挙人名簿に登録があり、伯耆町から転出していなければ投票できます。



問い合わせ先 伯耆町選挙管理委員会事務局 ☎0859-68-3111

早めの準備で確定申告をスムーズに!

役場の申告相談は事前予約が必要です

町の会場で行う所得税・町県民税の申告相談は、会場の混雑緩和のため、「**予約制**」で行います。日程や予約方法など、詳しくは今月の折込チラシ、ホームページをご覧ください。

- ◆**予約方法** ・インターネット(24時間受付)
・電話(平日9:00~16:00) 予約専用ダイヤル TEL:**0859-68-4215**
希望日の3日前(土・日・祝日を除く)までに予約してください。
(日程により予約開始日が異なります。ご注意ください。)



▲事前予約は
こちらから

★インターネット先行予約(枠数限定)

先行予約期間 1月9日(木) 9:00~1月17日(金) 16:00

※通常予約の期間は予約が込み合い、希望の日時で予約できない場合があります。
先行予約でお早めにご予約ください。



◆相談日程 午前の部 9:00~/午後の部 13:30~

	ところ	とき	予約開始日
平日	農村環境改善センター (給与・年金のみの人)	2月10日(月)・12日(水)・13日(木)	1月21日(火) 9:00~
	溝口公民館	2月17日(月)~27日(木) ※27日(木)は午前の部のみ	1月21日(火) 9:00~
	農村環境改善センター	2月28日(金)~3月17日(月)	1月28日(火) 9:00~
休日	溝口公民館	2月22日(土) ※午前の部のみ	1月21日(火) 9:00~
	農村環境改善センター	3月9日(日)	1月28日(火) 9:00~

※地域ごとの会場・相談日の指定はありません。都合の良い会場・日程でご予約ください。

◆事前準備のお願い ~スムーズな申告相談にご協力をお願いします~

農業や営業などの収支計算、医療費の集計は必ず相談前に済ませてからご来場ください。

次の内容の申告は税務署またはe-Taxで申告してください

次の内容の申告は役場の申告会場ではなく、税務署またはe-Taxで申告してください。相談時間の短縮と適正な申告にご協力をお願いします。

今年度の申告から、次の内容の申告も税務署またはe-Taxで申告をお願いします。

- ①土地、建物の譲渡所得(公共収用を除く) ②株式の譲渡所得
③分離課税を選択した上場株式等の配当所得 ④山林所得

※今年度の申告相談に限り、申告に必要な計算書などをあらかじめ作成されている場合は役場の申告会場でも申告を受け付けます。

①の所得…「譲渡所得の内訳書(確定申告書付表兼計算明細書)【土地・建物用】」

②、③の所得…「株式等に係る譲渡所得等の金額の計算明細書」「令和__年分の所得税及び復興特別所得税の確定申告書付表(上場株式等に係る譲渡損失の損益通算及び繰越控除用)」

④の所得…「山林所得収支内訳書(計算明細書)」

※計算明細書などの用紙は税務室に備え付けています。

※書き方など不明な点があるときは、1月中に税務室にご相談ください。

- ⑤暗号資産、先物取引の所得 ⑥住宅借入金等特別控除(住宅ローン控除)
⑦住宅耐震改修特別控除 ⑧雑損控除(シロアリ駆除、雪下ろしを除く)
⑨青色申告 ⑩過年分の申告 ⑪消費税、贈与税や相続税の申告

e-Taxの5つのメリット



税務署への申告はe-Taxが便利です

国税庁のホームページの「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば、画面の案内に沿って金額などを入力するだけで申告書ができ上がり、e-Taxを利用するとそのまま電子的に提出ができます。24時間自宅から申告ができますので、ぜひご利用ください。

※令和6年分申告は、令和7年1月上旬から作成可能になる予定です。

★確定申告書等作成コーナーのご利用にあたって

【作成できる申告書など】

- 所得税の申告書
- 青色申告決算書・収支内訳書
- 消費税の申告書
- 贈与税の申告書

【e-Taxに必要なもの】

- マイナンバーカード
- マイナンバーカードのパスワード
- マイナンバーカード読取対応のスマートフォン(またはICカードリーダー)

申告書の作成はこちら

e-Tax全般に関するページはこちら▼



作成コーナー



今年はスマホで申告 ～スマホでe-Tax講座～

スマートフォンとマイナンバーカードを使ったe-Tax講座を開催します。スマホ申告をやってみたいけど、どうすればいいかわからないという人も、入力から提出まで講師がサポートしますので、その場で確定申告ができます。今年はスマホで申告しませんか。

と き 1月30日(木) ①10:00～12:00 ②13:30～15:30
(送信完了した人から順次終了)

※各回、同じ内容です。どちらか一方にお申し込みください。

と ころ 農村環境改善センター1階 農事研修室

対 象 者 伯耆町の住民で、次の条件にすべて当てはまる人

- ・マイナンバーカードを持っている
- ・マイナンバーカードの暗証番号がわかる
- ・スマートフォン(マイナンバーカードの読み取りに対応しているもの)を持っている



◀申し込みはこちら



◀伯耆町ホームページ

講 師 米子税務署職員 **料 金** 無料 **定 員** 各回10人(先着順)

申込・予約方法 インターネット(とっとり電子申請サービス) **申込・予約期限** 1月28日(火) 17:00

そ の 他

- ・源泉徴収票や生命保険料控除証明書、収支計算書など、申告に必要な書類をお持ちください。
- ・あらかじめスマートフォンにマイナポータルアプリをインストールしてからご来場ください。
- ・以前に利用者識別番号・暗証番号を取得している人は、これらが分かるものをお持ちください。

問い合わせ先

住民課 税務室 ☎ 0859-68-3114

国税に関する一般的な質問 国税相談専用ダイヤル ☎ 0570-00-5901

個別、具体的な問い合わせ 米子税務署 ☎ 0859-32-4121

結婚新生活支援事業

新婚世帯に対して、婚姻を機に行った住宅の購入・リフォーム・貸借、引越に係る費用を支援します。

活用を検討している世帯は、必ず **2月末**までにご相談ください。

対象世帯

○新婚世帯(次の要件をすべて満たす世帯)

1. 婚姻日が令和6年1月1日～令和7年3月31日
2. 夫婦ともに婚姻日における年齢が39歳以下
3. 夫婦の前年所得の合計が500万円未満
4. 過去に本補助金の交付を受けたことがない
5. 夫婦いずれも町税等の滞納がない

※奨学金を返済している世帯は、奨学金の年間返済額を夫婦の所得から控除



補助対象経費

婚姻に伴う住宅購入費用、住宅リフォーム費用、住宅賃貸借費用、引越費用
※夫婦のいずれかが支払った費用に限る

補助上限額

夫婦ともに婚姻日における年齢が29歳以下の場合は60万円、39歳以下の場合は30万円(補助率10/10)。

申請期限

3月31日(月)

※国の補助事業のため、予算に限りがあり、年度途中で受付を終了する場合があります。
申請書類など詳しくはHPをご覧ください。

問い合わせ先

住民課 ☎ 0859-68-3115



◀ 伯耆町
ホームページ

「青少年育成伯耆町民大会」の開催

子どもたちはかけがえのない社会の一員であり、明日の伯耆町を創り支えていく担い手です。
子どもたちの健全育成に向けて、学校・家庭・地域での取り組みが一層充実することを目的として、本大会を開催します。

と き

1月25日(土) 10:00～12:00(9:30受付 10:00開会)

と ころ

鬼の館(伯耆町宇代891)

対 象 者

児童生徒の保護者、学校教職員、町民

主 催

青少年育成伯耆町民会議、伯耆町教育委員会、伯耆町PTA協議会
伯耆町家庭教育支援チーム

内 容

○講演会

演題：やりすぎない子育てのススメ

～ちょうどいい加減な関わり方のヒント～

講師：岡山コミュニケーション研修講演企画代表 日本アンガーマネジメント協会

アンガーマネジメントファシリテーター 稲田 尚久氏

○第12回伯耆町「家庭の日」川柳入賞者表彰式

問い合わせ先

教育委員会 生涯学習室 ☎ 0859-62-0712

第11回 伯耆町バドミントン選手権大会参加者募集

町内のバドミントン愛好者による男女別ダブルス個人戦の大会を町民岸本体育館で行います。お気軽にご参加ください。

と き 1月12日(日) 8:20～ **と ころ** 町民岸本体育館

参加資格 町民および町内出身者、町内勤務者

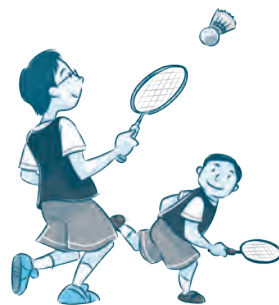
種 目 男子ダブルス(年齢フリー)／女子ダブルス(年齢フリー)

申込方法 町ホームページまたは町内各公民館にある申込書を総合スポーツ公園へ提出

申込締切 1月9日(木) 正午

問い合わせ先

総合スポーツ公園(岸本B&G海洋センター) ☎ 0859-68-3775



介護予防のための栄養と^{けんこう}健口講座の開催

栄養状態の低下や口腔機能の衰えは、全身の機能低下へと進み、要介護状態へとつながる可能性があります。高齢期に気をつけたい栄養の話や、歯と口の健康を保つための大切なポイントをお話します。ぜひご参加ください。

なお、当日は二部公民館高齢者学級との共同開催で、健康ポイント対象事業です。

と き 1月17日(金) 10:00～11:30(受付9:30～) **と ころ** 二部公民館

対 象 者 ・65歳以上の町民 ・栄養状態の低下や口腔機能の低下が心配な人
・食事が減り、筋力や体力が衰えてきたと感じる人
・噛む、飲み込むなどの口腔機能が衰えてきたと感じる人 など

内 容 演題：『介護予防のための栄養と健口講座』 講師：伯耆町役場 健康対策課 長田管理栄養士
大山リハビリテーション病院 長岡言語聴覚士

料 金 無料 **申込・予約方法** 電話・健康対策課窓口

持 ち 物 健康ポイントカード **申込締切** 1月10日(金)

申込・問い合わせ先

健康対策課 生活相談室(伯耆地域包括支援センター) ☎ 0859-68-5535

伯耆町健康ポイント 100ポイント達成者表彰

1年間に健康ポイント100ポイントを貯めた人を表彰し、副賞を進呈します。この対象となるためには、令和7年1月末までにポイントカードを利用券と交換することが必要です。

対象ポイント 令和6年1月1日～12月31日(1年間に貯めたポイント)

利用券交換期限 1月31日(金)

対象者への案内 対象となった人には、2月に通知します。



◀詳しくはこちら
(町ホームページ)

問い合わせ先

健康対策課 健康増進室
☎ 0859-68-5536

介護が必要と感じたあなたへ ～まずはご相談ください～

身の回りのことを自分でできなくなったり、手助けが必要になったときは、さまざまな介護サービスが利用できます。サービスを利用するためには、どれくらいの介護や支援が必要か認定を受ける必要があります。介護サービスを利用するまでの流れを紹介します。

※申請からサービス利用まで、1か月程度かかります。

1. サービス利用までの流れ



- ①相談…本庁舎（健康対策課 生活相談室）または分庁舎（分庁総合窓口課）にまずはご相談ください。相談は、電話でも受け付けています。



- ②申請…本庁舎（健康対策課 生活相談室）窓口で「要介護認定」の申請をします。



- ③認定調査…介護認定調査員がご自宅などを訪問し、体の状態などについてお聞きします。その結果を基に、コンピューターによる一次判定を行います。



- ④審査判定…一次判定とかかりつけ医の意見書をもとに、保健、医療、福祉に関する専門家による「認定審査会」で支援・介護を必要とするかを審査し、要介護度を判定します。



- ⑤介護サービス計画（ケアプラン）の作成
…ケアマネジャーにプラン作成を依頼すると、本人や家族の要望を基に、どんなサービスが本人に必要なか、費用、日時、内容など利用者にあったサービス計画を作成します。計画作成費用は無料です。



- ⑥介護サービスの利用
…事業者や施設と利用契約を結び、プランに基づいたサービスを利用します。利用者負担は原則1割ですが、一定以上の所得のある人の負担割合は所得に応じて2割または3割となります。（ただし、食事代などは別途必要です。）

2. 申請できる人

本人（40歳以上）または家族

※地域包括支援センターや指定居宅介護支援事業所などに、代理で申請してもらうこともできます。

※申請時に健康保険被保険者証、マイナ保険証または、資格確認書（医療保険の被保険者情報のわかるもの）のいずれかが必要です。

問い合わせ先

健康対策課 生活相談室 ☎ 0859-68-5535

すくすくだより



1月9日(木)	マタニティー&ベビーひろば	ポイントデー
10:00~11:30		
1月11日(土)	にこにこ土曜日	
9:00~11:30		
1月16日(木)	わくわくひろば 0才	ポイントデー
1月17日(金)	わくわくひろば 1才~	
10:00~11:30	※乳幼児期の心の成長のお話	
1月21日(火)	筋膜リリース(筋膜ほぐし)	ポイントデー
10:00~11:30		
1月24日(金)	出張子育て支援センター(溝口保育所・予備室)	ポイントデー
9:00~11:30	※パルプラスオン内での子育て支援センターはお休みです。	
1月25日(土)	にこにこ土曜日	ポイントデー
9:00~11:30		
上記以外のポイントデー	23日(木)、29日(水)	ポイントデー

と ころ 子育て支援センター

開 館 時 間 平日9:00~11:30、13:30~16:00

問い合わせ先 子育て支援センター(パルプラスオン内)
TEL 0859-39-8011

- ・イベントがあるとき以外は、平日毎日、どなたでもご利用できます。
- ・イベントの詳しい内容は「すくすくだより」に掲載しています。HP・各保育所・図書館等で読むことができます。
- ・イベントの内容によっては、事前の申し込みが必要です。



▲伯耆町ホームページ(子育て支援センター)

ひまわりセミナー

今月のテーマ	高齢者の人権
とき	1月29日(水) 13:30~14:30
ところ	溝口公民館
内容	講演と楽器演奏 「高齢期の楽しい過ごし方」
講師	日南町 青戸智子氏 (元人権教育推進員)

問い合わせ先 教育委員会事務局 人権政策室
TEL 0859-62-0713

職業訓練の受講生募集

安定した就職を目指す職業訓練を行っています。訓練内容など詳しくは、ホームページをご確認ください。

ポリテクセンター米子
TEL:0859-27-5115



冬の高速道路 安全走行に関するお願い

◆冬の高速道路は、冬用タイヤで走る

気象急変に備え、必ず冬用タイヤで走行しましょう。併せて、空気圧や溝の減り具合など、タイヤのコンディションもしっかり確認してください。

◆出発前に、天気予報・交通状況をチェック

アイハイウェイ (<https://ihighway.jp>) では、交通状況MAPの雪道情報で交通状況、道路気象状況(西日本限定)、降雪予測(西日本限定)を発信しています。他にもラジオやテレビなどで、確認してからお出かけください。

◆時間にゆとりをもってお出かけください

「急」のつく運転(急発進・急ハンドル・急ブレーキ)は危険です。スピードは控えめに走行しましょう。

◆チェーン規制区間の通行について

米子自動車道 湯原IC~江府IC間等では、大雪特別警報や大雪に関する緊急発表が行われる異例の降雪時に、チェーン規制を行う可能性があります。その場合、冬用タイヤでもチェーンを装着しないと通行できないため、チェーンの携行をお願いします。

問い合わせ先

NEXCO西日本お客さまセンター

☎ 0120-924-863

オンラインによる税の無料相談会

税金に関することなら何でもご相談ください。

◆と き: 2月6日(木) 10:00~16:00

(お一人様30分程度、先着10人)

◆申込・予約方法: 事前予約フォームQRコード

◆申込・予約期限: 1月20日(月)



◀申し込みはこちら

問い合わせ先

中国税理士会 米子支部

☎ 0859-32-4795 (受付時間13:00~16:00)

鳥取県最低賃金の改定

◆地域別最低賃金

鳥取県最低賃金 時間額 957円(令和6年10月5日発効)

◆特定(産業別)最低賃金

鳥取県電子部品・デバイス・電子回路、電気機器器具、情報通信機械器具製造業最低賃金
時間額 963円(令和6年12月19日発効)

問い合わせ先

鳥取労働局労働基準部賃金室

☎ 0857-29-1705

毎年恒例! 福袋&福引

溝口図書館 福袋

溝口図書館では、毎年恒例の本の福袋を用意。それぞれテーマに合わせたおすすめ本が2〜3冊入っています。普段の貸出上限10冊にプラスで借りていただけます。

8つのジャンル(あかちゃんえほん、えほん、小学校低学年、中学年、高学年、中高生、一般、文学)別に、今年の干支“巳”に関する本と新刊が入っています。

先着 35袋

岸本図書館 福引

岸本図書館では、1月4日に本を借りた人先着15組限定で、毎年恒例の福引きを行います。また、本を借りた人先着30名に、かわいい干支しおりをプレゼントします。

先着 15組

出前図書館

各教室 1月の予定

あたマイキイキ 音読教室

なかなか図書館へ行く機会がない人のために、出前図書館を行っています。ご希望の地区は図書館までご連絡ください。

大内 : 1月8日(水) まめまめクラブ開催後
荘 : 1月9日(木) まめまめクラブ開催後
文化センター : 1月22日(水) 100円ランチ前
1月25日(土) わくわく土曜日

男性の日

1月8日(水)
10:30~11:30
溝口公民館2階 中会議室

溝口

1月15日(水)
10:30~11:30
溝口公民館3階 大会議室

岸本

1月22日(水)
10:30~11:30
岸本公民館2階 中会議室

布絵本ちくちくボランティア教室

とき 1月7日(火)・1月21日(火) 13:30~16:00
ところ 溝口公民館2階 中会議室

予告なく変更する場合があります。詳しくは、図書館までお問い合わせください。

チェック!

こちらから蔵書検索できます!

二次元コードを読み取って、町内の図書館資料を蔵書検索・予約することができます。※通信料は利用者負担となります。

※町内の図書館(室)で借りた本は、溝口図書館、岸本図書館、二部公民館、日光公民館どこでも返却できます。
※本が破損・汚損した場合は、そのままの状態でもカウンターまでお持ちください。

図書カレンダー 1月

溝口・岸本図書館

二部・日光公民館

日 月 火 水 木 金 土

29 30 31 1 2 3 4
5 6 7 8 9 10 11
12 13 14 15 16 17 18
19 20 21 22 23 24 25
26 27 28 29 30 31 1

日 月 火 水 木 金 土

29 30 31 1 2 3 4
5 6 7 8 9 10 11
12 13 14 15 16 17 18
19 20 21 22 23 24 25
26 27 28 29 30 31 1

どちらの図書館・公民館でも、図書の予約と返却ができます。

休館日

広報ほうき (No.241) 令和7年1月号

12



オレンジ通信 ～地域でともに～

講座の内容

- ・認知症の病態や正しい知識を学び、備えることの大切さについて
- ・認知症は暮らしの障がいであり、突然その人が変わるわけではないこと
- ・診断後の相談先や地域の支え合いについて

経験豊富な講師の先生より具体的な対応の仕方を聞くことができ、参加者の皆さんの認知症に対するイメージが変わったのではないかと思います。もっと早く知りたかった…という声も。

皆さんの地域でも「認知症サポーター養成講座」を開催しませんか？いつでも伯耆地域包括支援センターにご相談ください。

(磯江 絵夢)

認知症サポーター 養成講座を開催して



令和6年5月から11月にかけて、認知症のひとと家族の会鳥取県支部より講師をお迎えし、町内4カ所の高齢者学級において「認知症サポーター養成講座」を開催しました。

60代～90代の方、計80名が参加しました。

参加者の声

- ・実際のケースも踏まえた話で、大変分かりやすく勉強になった。
- ・認知症を自分事として捉え、みんなで支え合える地域づくりをしていきたい。
- ・自分が小学生の時に祖母が認知症で嫌な想いをしたが、その頃に正しい知識があれば、子供の頃のほうが優しくできたのではないかなと思う。小学生を対象に認知症サポーター養成講座を開催してほしい。

※「認知症サポーター」とは、認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症のひとと家族に対し、できる範囲で手助けできる人のことをいいます。

問い合わせ先 ▶ 伯耆地域包括支援センター（健康対策課 生活相談室内） ☎ 0859-68-4632



通信 vol. 123

このコーナーは、
ALT(外国語指導助手)によるエッセイを、
英語と日本語で紹介します。



Hoki-cho Article / January Issue

Aloha everyone! I hope everyone had a great Christmas and a happy new year! One year comes and goes quickly. In America, people make new year resolutions to improve themselves. There is a saying, "New year, new me" which means that a person will change for the better in the new year. This year, I want to work on being a better husband and dad to my wife and son compared to last year. I want to try spending more time exploring Japan with them and making new memories. I also want to try make more friends people in Hoki so please say "Hi" and talk to me if you see me! What about you, reader? What new year resolution do you have? It can be anything you want to do if you improve yourself this year!

Londy

みなさん、アロハ!みなさんが素晴らしいクリスマスと新年を迎えられたことと思います。1年は本当にあっという間に過ぎ去りますね。アメリカでは、新年に「自分を向上させるための目標」を立てる習慣があります。そこには「新年、新しい自分」という言葉があり、新しい年にはよりよい自分になろうとします。

今年は、昨年よりも妻と息子にとって、よい夫であり父親になりたいと思っています。妻と息子と一緒に日本をもっと探検し、新しい思い出を作るためにもっと時間を費やしたいです。また、伯耆町でより多くの友人を作りたいとも思っています。もし町で私を見かけたら、ぜひ「こんにちは」と声をかけて話しかけてくださいね!

さて、あなたはどうか?新年の抱負は何ですか?もし今年、自分を磨きたかったら、やりたいことは何でもできます!

ロンディ

有料広告

解体

住宅 倉庫 空き屋

のことなら

SKILL LABO 維新工業
ISHIN INDUSTRY



☎ 0859-57-7177
携帯: 090-7972-0426



解体施工技士が
施工・管理するので安心!

「お家おたすけ」屋さん

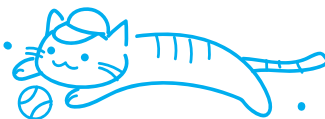


アスベストの調査・ご相談もお任せください

<https://tasuku-houki.com/>

〒689-4122 鳥取県西伯郡伯耆町坂長715-1

建設業許可 鳥取県知事許可(般-2) 第7427号 とび・土木工事業 解体工事業 産業廃棄物収集運搬許可 鳥取県 鳥取県 許可 192704号
鳥取県西部解体業協議会 会員 / 一般社団法人 空き家管理士協会 会員 / 伯耆町空き家対策協会 会員



祝「溝口剣道教室」文部科学大臣表彰受賞

令和6年10月、ほうきスマイリースポーツクラブに所属する「溝口剣道教室」が生涯スポーツ優良団体として、文部科学大臣表彰を受賞されました。長年にわたりスポーツの普及振興に尽力され、他の模範となる成果をあげられた功績により授賞されたものです。今後ますますのご活躍をお祈りします。



【コメント】代表指導者：光木義則さん

この度は、「生涯スポーツ優良団体表彰」という荣誉ある賞をいただき大変光栄に存じます。この受賞は、昭和46年に剣道教室を結成された安達先生をはじめ、53年の歴史のなかで教室に通ってくれた子どもたちや支えてくださった保護者・ご家族の皆様のおかげだと考えています。

今後もこの受賞に恥じぬよう、剣道の理念「剣の理法の修練による人間形成の道」に基づき青少年の健全育成に力添えができるよう日々精進してまいります。

問い合わせ先

総合スポーツ公園 ☎0859-68-3775

連載

SERIALIZATION

てごネット
ゆめネット
だより

岸本中学校

自分たちの住んでいる町について語ろう

今年度初めて、学校の応援団でもある学校運営協議会委員と生徒19人で、伯耆町や学校をより良くしていくために、何ができるか話し合いました。

まずは、伯耆町を知るために、町内の商業施設を巡りました。みるくの里では、放牧場や昔の軍事訓練のお話を聞き、柵水高原の天空リフトに乗って、伯耆町を眺めました。沢田ベースでは、キャンプ場の施設を見学し、ペンション村や大山ヒルズなどを車窓から見学しました。

その後見学を振り返り、「自分たちの住む伯耆町」について意見交換をしました。生徒からは、「豊かな自然を生かしながら、新しいものを取り入れるのが町のいいところだと発見できた。」委員からは「生徒からは、こうなってほしい！という意見がたくさん出ると思ったが、今の姿を肯定的に捉える意見があり驚いた。」と、世代を越えて多様な考えを共有しました。

委員と生徒で町内を巡り、意見交換をすることで、一人一人が地元愛をもっていることを再確認することができました。



委員と生徒の話し合い



話し合いのまとめ

今後も生徒の考えを大切にしながら、学校運営協議会と一緒に、次の企画を考えていきたいと思っています。地域の皆様のご意見もお待ちしています。

問い合わせ先

岸本中学校 ☎0859-68-2260



ゆく年を振り返り、新しい年に期待を膨らませる時期となりました。町民の皆さんはどちらの比率が高いでしょうか。いいことはすぐに忘れてしまいますが、悪いことはいつまでも思い出してしまうといったこともありがちです。とはいえ、数多くの変化や教訓があった令和6年でした。その中でももっとも印象に残ったのは、毎朝わくわくを届けてくれた50-50でしょうか。そして新年はよりいい年にしたいと思いますし、まずは健康、そして世の中の変化や気づきを大切に過ごしたいと考えています。町民の皆さんにおかれましても、賑やかに新年を迎えていただいて、明るい抱負が語られるよう期待しています。



戸籍の窓
お誕生おめでとう
11月届出分(敬称略)

千藤 由芽(女) 保護者/直樹・可奈子 住所/吉定(木戸口)
新開 龍葵(男) 保護者/竜馬・葵恵 住所/吉長(駅前)
稲田 燈水(女) 保護者/大地・春菜 住所/大殿

第11回 家庭の日川柳

入選作品

毎月第3日曜日は「家庭の日」です。
家族団らんや家族そろっての行事などを通して、
子どもたちを心豊かに育てましょう。

※学年表記は令和5年度のもの

手伝うよ! 料理しながら つまみ食い

岸本小学校 家族 有木 恵子

子の寝顔 明日への気力の 充電器

溝口小学校 家族 木嶋 友洋

人権啓発標語

あいさつで こころのすきま ちぢめてく

岸本小学校 1年 下前 太登

あいさつは えがおになれる

あいことば

岸本小学校 1年 渡邊 莉柚

こえかけて ひとりにしない

いっしょにあそぼう

岸本小学校 1年 藤原 陽向

森 榮子(90歳) 岩屋谷(岩屋谷) 溝口(溝口二)
奥田 さえ子(70歳) 坂長(坂長)
永井 重夫(85歳) 大殿(殿河内)
吉川 公夫(76歳) 大殿(しきが丘)
吉川 喜代子(103歳) 小町(小町)
遠藤 隆三(76歳) 遠藤(遠藤)
勝部 千恵子(97歳) 遠藤(遠藤)
おくやみ申し上げます

西賀 一美(95歳) 谷川(谷川)
中島 かおり(63歳) 貴住(貴住)
伊藤 政弘(90歳) 大瀧(大瀧)
伊藤 三重子(97歳) 大瀧(大瀧)
木村 馨(89歳) 大瀧(大瀧)
木村 保子(92歳) 大瀧(大瀧)

人口のうごき

人口	10,170人	(-1人)
男	4,880人	(-3人)
女	5,290人	(+2人)
世帯	3,880世帯	(+6世帯)

※住民基本台帳に基づく人口
(令和6年12月1日現在)



有料広告

ピアノお売り下さい!!



訪問査定
無料

ピアノ調律師が伺います。

ご依頼は地元で安心のヤマハ正規特約店にご用命ください。

YAMAHA

平田ミュージック

0120-20-4501

〒663-0064 米子市蓮花町1-34

有料広告

光風
渡部葬祭場

偲び、慕ぶ

故人様の想い、
故人様への想いを届けるお手伝い

光風 渡部 検索

お気軽にお問合せ・ご相談ください。365日、24時間対応いたします。

伯耆ホール / 伯耆町吉長 150-1 ☎0859-68-4949

広報ほろろは令和5年5月号から穴あけを廃止しています。
広報紙をつくる際には、【●】マーク・【▼】マークを目印に
パンチなど穴を開けていただきますようお願いいたします。

食生活改善推進員おすすめ 旬のレシピだより — Vol.21 —



材料 (2人分、20cmフライパン1杯分)

- 餅 ……小3個(100g)
- キャベツ ……200g
- にんじん ……50g
- 玉ねぎ ……50g
- ぶなしめじ ……1/2株
- 豚バラ肉スライス ……100g
- オリーブオイル ……大さじ1
- ポン酢 ……適量

栄養価(1人分)(※ポン酢を除く)：エネルギー 404kcal たんぱく質 10.7g 食塩相当量 0.1g

～野菜をしっかり食べよう!～
・1日にとりたい野菜の量は350g以上です。
・この料理で、野菜150gをとることができます。



作り方

- ①餅は4等分する。
- ②キャベツは、ざく切りにする。
- ③にんじんは、短冊切りにする。
- ④玉ねぎは、薄切りにする。
- ⑤しめじは、根元を切って、ばらす。
- ⑥豚バラ肉は、幅3cmに切る。
- ⑦フライパンに、オリーブオイルをしき、キャベツを広げる。
- ⑧キャベツの上に、にんじん、玉ねぎ、しめじをまんべんなくのせ、次に、豚バラ肉と餅を全体に置く。
- ⑨水を50ml加えて、ふたをして強火にかけ、湯気があがったら、中火で7分蒸す。
- ⑩ポン酢をかけて食べる。

作り方は、1/15に伯耆町有線テレビ「みんなの健康レシピ」で放送し、1/16から町ホームページに動画を掲載します。

大山ますみず高原
スノーパーク

今年も来ちゃった
大山ますみず高原スノーパーク

平日 (月～木) 9:00-17:00
金・土・祝前日 9:00-17:00
ナイター 17:30-22:00
日曜日・祝日 9:00-17:00

1日中
遊び放題!
500円

雪遊びゾーン
ワクワク楽しい空間演出!
ソリすべり放題! 遊具・雪山で遊び倒せ

※金・土曜日17:00～17:30は、ゲレンデ整備・点検のためリフト運休いたします。
※12月31日はナイター営業を休止させていただきます。

伯耆町 YouTubeチャンネル

伯耆町の魅力や行政情報をお届けします。
チャンネル登録して最新の情報をゲット!

登録
はこちら